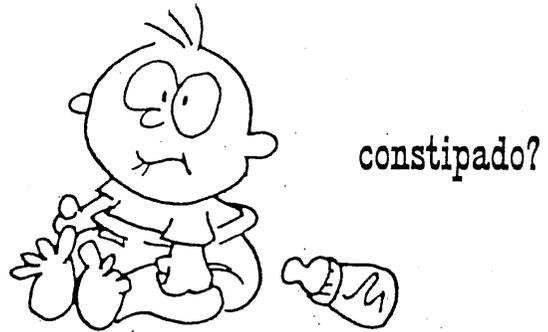


Constipacion



Como se si mi bebe esta constipado?

Constipacion es cuando su bebe tiene heces que estan duras, secas y dificiles de pasar.

Sintomas de constipacion:

- x Heces secas y duras
- x Heces con sangre
- x Problemas con el estomago
- x Sangrado en rosadura o sangrament en el recto

Que es "normal"?

Durante los primeros dias de vida, bebes tienen heces oscuras y pegajosas llamadas meconio. Estas heces fueron almacenadas en el bebe antes del nacimiento. Para bebes alimentados a pecho, entre las 24-48 horas recibiendo leche materna las heces del bebe cambian de color y textura. Cerca del 4-6 semana las heces cambian de color en los niños alimentados con formula. Es normal que los bebes y se ponen colorados cuando hacen del cuerpo.

Aunque cada bebe es diferente, recién nacidos tienen hábitos similares como los siguientes::

Recien nacidos alimentado al pecho	Recien nacidos alimentados con formula
Bebes alimentados al pecho normalmente hacen del cuerpo despues de cada vez que se alimentan en el primer mes de vida. Las heces son normalmente amarillas y sin forma. Despues de 2 meses, bebes podran hacer del cuerpo menos frecuente.	Semana 1: cuatro a cinco heces por dia Semana 2-4: a cerca de dos heces por dia Las heces de bebes aliemtados con formulas fortificadas con hierro son normalmente oscuras y con forma.

Cerca al mes, bebes alimentados con formula y leche materna puede que tengan pocas heces cada dia o una sola vez en pocos dias.

En general, heces son considerados "normal" si ellas: .

- ✓ no son aquosas
- ✓ no pasan de mas de tres en un dia (aunque algunos bebes bien saludables pueden tener mas)
- ✓ no son secas o duras
- ✓ pasan relativament facil aun despues de dos o tres dias sin hacer del cuerpo.





Que puedo hacer?

Aunque no ay curacion para colico, trate lo siguiente para calmar ha un infante nesio:

- ✓ Haga la vida en la casa lo mas calmado posible con poner musica calmada o hablarle ha su bebe en voz calmada.
- ✓ Ponga su bebe ha repetir durante y despues que coma.
- ✓ Detenga ha su bebe verticalmente mientras le da de comer por 10-15 minutos despues de que coma.
- ✓ Detenga ha su bebe sobre su hombro o acúestelo, boca bājo, en su regazo.
- ✓ Acaricia o pegale suavemente en la espalda ha su bebe.
- ✓ Envuelva su bebe en una cobija.
- ✓ Ofrescale tiempo adicional en los pechos o un chupon.
- ✓ Lleve hal bebe ha un paeo en su carro o ir ha caminar afuera en un cochecito para niños.



Y que si nada parese resolver?

1. Lleve ha su bebe hal doctor o clinica para ver si tiene infeccion en un oido o otro problema medical. Pueda ser que colico no tenga nada que ver con su leche de pecho o la formula de infante que le da ha su bebe. De todas maneras, es mejor que su doctor esté seguro.
2. Preguntele ha su doctor antes de usar cualquier medicamento.
3. Aunque le de mucho coraje ha usted o se enoje mucho, no sacuda ha su bebe. Sacudirlo puede causar problemas muy serias, incluyendo daño hal cerebro o hasta muerte. Deje que alguien mas calmado le ayude ha su bebe. Si usted o su compañero necesitan ayuda con el llorido constante de su bebe, llame ha Padres Anonimos hal 1-800-554-2323.
4. Recuerde: Tenga paciencia-y tenga alguien quien le ayude. Colico usualmente se quita en tres ha cuatro horas.

Adapted with permission from the Texas Department of Health

12/98